

.....

**Слайд 1.**

Мы приветствуем вас на этой встрече  
И наша тема сегодня будет называться:

.....

**Слайд 2.**

**Стресс и депрессия у подростков**

.....

**Слайд 3.**

Многие статьи и дискуссии по проблемам подростков полны драматической риторики. Например, в одной статье может утверждаться, что всем подросткам свойственно впадать в депрессию/бунтовать или убегать из дому, в другой заявляют: "Подождите, пока вашему ребенку исполнится 12 лет, вот тогда и узнаете, что такое буря и натиск!".

.....

**Слайд 4.**

Преувеличение психологических травм в отрочестве влечет за собой появление двух проблем.

.....

**Слайд 5.**

Во-первых, считается, что **ВСЕ** подростки испытывают психологический стресс.

.....

**Слайд 6.**

Во-вторых, подростков, которые действительно нуждаются в помощи, **не воспринимают всерьез**, потому что все относится к их поведению и чувствам как к нормальным явлениям на данном этапе развития.

.....

**Слайд 7.**

Ясно, что чрезвычайно важно отличать подростков, находящихся в нормальном состоянии, от тех, кто находится в состоянии психологического стресса.

.....

**Слайд 8.**

В общем, согласно данным подростковой психиатрии, средняя и тяжелая формы депрессии в возрасте от 13 до 19 лет встречаются довольно редко, но ее симптомы могут представлять угрозу для жизни тех, кто оказался в таком состоянии. Например, результаты недавнего исследования показали: несмотря на то что процент случаев депрессии в средней и тяжелой формах увеличивается при переходе от отрочества к юности, процент переживающих депрессию остается низким на протяжении всего этого периода, обнаруживая пики в 16 и 19 лет.

.....

**Слайд 9.**

Различия в симптомах у испытывающих проблемы подростков имеют связь с полом.

.....

**Слайд 10.**

Подростки-мальчики, вероятнее всего, втягиваются в антиобщественные формы поведения, такие как пьянство или употребление наркотиков.

.....

**Слайд 11.**

Подростки-девочки, скорее, загоняют свои симптомы внутрь и развивают депрессию. В общем, среди тех, кто испытал депрессию, девочек-подростков и взрослых женщин вдвое больше, чем представителей мужского пола. Хотя причины этого полового различия неясны, психологи полагают, что они могут быть связаны со значительным снижением самоуважения, которое иногда наблюдается у девочек при переходе в младшую среднюю школу. Это - влияние полоролевой социализации, которая сопровождает половое созревание.

.....

**Слайд 12.**

Давление со стороны сверстников и средств массовой информации понуждает девушек стремиться быть более привлекательными и ценить отношения выше достижений. В общем, сочетание менее эффективных стилей

совладающего поведения с более сложными проблемами, вызванными этим давлением, может увеличивать вероятность депрессий у девочек на пути от отрочества к юности и взрослости.

.....

#### **Слайд 13.**

Исследователи также обнаружили зависимость частоты подростково-юношеских депрессий от этнической принадлежности. Например, у белых американцев и американцев азиатского происхождения симптомы депрессии после стресса появляются чаще, чем у афро-американцев и испано-язычных американцев. Высокие оценки по шкале депрессии не редкость для представителей молодежной гомосексуальной популяции, а риск суицида среди них в 2 раза выше, чем среди гетеросексуалов данной возрастной группы.

.....

#### **Слайд 14.**

Депрессия в подростково-юношеском возрасте появляется одновременно с другими расстройствами в ответ на внутреннее и внешнее напряжение. У мальчиков-подростков и юношей депрессия нередко сопровождается срывами, у девочек и девушек - нарушениями пищевого поведения, такими как анорексия или булимия. Значительная доля тех, кто покушается на самоубийство, переживают депрессию, по меньшей мере после своей попытки. Депрессия, мысли о самоубийстве и употребление наркотиков также связаны между собой.

.....

#### **Слайд 15.**

У девушек недовольство своим телом может привести к расстройствам пищевого поведения, а затем и к депрессии. Как известно, особую опасность депрессии всегда связывали с нездоровьем, - исходя из предположения, что депрессия делает человека уязвимым к болезни.

.....

#### **Слайд 16.**

Депрессия может вызывать и другие проблемы, вследствие ее влияния на межличностные отношения. Вызываемое депрессией обеднение общения может ухудшать отношения "родитель-ребенок" в отрочестве и влиять на романтические отношения в юности. Например, среди переживающих депрессию девушек число беременностей в три раза превышает среднестатистическую "норму". Биологические изменения в процессе полового созревания, равно как и социальные перемены, связанные с переходом из начальной школы в средние и старшие классы, - все это требует громадных усилий для психологического приспособления, особенно от девочек-подростков.

.....

#### **Слайд 17.**

Есть ли какие-то факторы, которые могут повлиять на возникновение депрессии? Вероятность возникновения у тинэйджеров депрессии и стрессовых реакций повышают следующие факторы:

.....

#### **Слайд 18.**

Негативный образ тела (прыщи на теле и т.д.), по мнению многих специалистов, может приводить к депрессии и расстройствам пищевого поведения.

.....

#### **Слайд 19.**

Взросшая способность к критическому осмыслению развивающейся личности и своего будущего может, по-видимому, повышать риск развития депрессии, когда подростки фиксируются на возможных негативных исходах.

.....

#### **Слайд 20.**

Низкая школьная успеваемость, конечно, ведет к развитию депрессии и нарушениям поведения у подростков. Но это свойственно в основном мальчикам, но, по-видимому, не сказывается столь негативно на девочках.

.....

#### **Слайд 21.**

Многие девочки выходят из отрочества с ущербным Я-образом, сравнительно низкими ожиданиями в жизни и гораздо меньшей уверенностью в себе и своих способностях, чем мальчики. Если в возрасте 9 лет большинство девочек относятся к себе позитивно, то к старшим классам школы такое отношение сохраняется

менее чем у трети девушек. И хотя самооценка мальчиков в период обучения в средней школе также снижается, однако не так сильно, как у девочек.

.....

**Слайд 22.**

Любопытно, что в этом снижении самоуважения существуют значительные расовые различия. Возникает впечатление, что это явление, в основном, характерно для белых.

.....

**Слайд 23.**

Изучение афро-американских девушек показало, что в самооценке они больше опираются на семью и на общину, чем на школьную систему. Их окружение может состоять из сильных женщин, которыми они восхищаются. Кроме того, родители афро-американцы часто учат своих детей перекладывать вину с себя на якобы несправедливое общество, в котором они живут.

.....

**Слайд 24.**

С другой стороны, белые девушки могут слишком сильно реагировать на социальные сигналы в школе, где предпочтение отдается юношам, как уже говорилось в предыдущих главах.

К 15-16 годам многие белые девушки начинают сомневаться в себе. Когда у них в школе возникают проблемы с учебой, например с математикой, они чаще готовы обвинять в этом себя, тогда как мальчики объяснили бы неудачу "ненужностью" предмета.

.....

**Слайд 25.**

**Свидетельства для Церкви, т. 6, с. 375.**

«Нельзя безразлично относиться к тому, что влияет на наше здоровье. Наше вечное благополучие зависит от того, как мы распоряжаемся в этой жизни своим временем, силами и влиянием.»

.....

**Слайд 26.**

**Молитва.**

.....

По материалам книги Г.Крайг "Психология развития"